



Thalassa

SEA & SPA

LE TOUQUET

THALASSO SPA & BEAUTÉ

COLLECTION DE SOINS

2026



Bienvenue à Thalassa Le Touquet

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

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

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

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

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

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

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

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

À très bientôt,

Claire BARTHOLUS

Directrice Générale Thalassa Le Touquet



Sommaire

Le meilleur des soins d'eau de mer	7
Les enveloppements	8
Les essentiels bien-être	11
L'atelier collectif	12
Les soins avec bébé	12
Séances coachées	14
Les activités terrestres	14
En bassin d'eau de mer	16
En piscine	17
Les soins du visage	18
Thalgo	18
Ella Baché	21
L'expertise haute technologie	23
Les soins du corps	25
Les gommages	25
Les soins détente	26
Les soins minceur	27
Les soins polaires	28
Les modelages	29
Les soins en duo	33
Les abonnements	34
Une matinée ou une après-midi de soins ?	
Profitez de nos rituels	36
Les forfaits	37
Les restaurants et bars	38
Boutique Les pieds dans l'O	40
En complément de votre séjour...	41
Informations pratiques	42



Le meilleur des soins d'eau de mer

BAIN DE MER JAMBES LÉGÈRES ⌚ 15 min 55 €

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

BAIN DE MER JAMBES TONIQUES ⌚ 15 min 55 €

Alternance de jets d'eau de mer chauds et frais pour tonifier les jambes.

DOUCHE À JET ⌚ 10 min 55 €

Les tensions disparaissent sous l'effet d'un massage profond réalisé avec un jet d'eau de mer chaude, dirigé par les mains expertes du praticien.

PLUIE MARINE APAISANTE ⌚ 15 min 55 €

Faire le plein d'oligo-éléments par une fine pluie d'eau de mer chaude qui balaye le corps.

BAIN DE MER ⌚ 16 min 57 €

Dans un bain d'eau de mer chaude, les jets massants décontractent le corps des pieds à la tête.

BAIN DE MER MICROBULLES ⌚ 20 min 66 €

Réveil musculaire dynamique, dans un bain d'eau de mer chaud.

DRAINAGE MARIN ⌚ 20 min 82 €

Massage drainant pratiqué avec un jet d'eau de mer, dirigé par une hydrothérapeute, dans une baignoire d'eau de mer, permettant une détente musculaire et un déstockage de la cellulite.

Le Conseil de Nathalie, notre responsable soin :

N'hésitez pas à demander aux praticiennes dans la cabine d'adapter la température des bains et la pression des jets selon vos envies.



Les enveloppements

ENVELOPPEMENT REMINÉRALISANT AUX ALGUES LAMINAIRES ⌚ 20 min 76 €
Enveloppement réalisé avec une crème d'algues chaudes appliquée sur la peau : reminéralise l'organisme.

ENVELOPPEMENT DÉTOX AUX ALGUES FUCUS ⌚ 20 min 76 €
Application d'algues fucus chaudes sur la peau pour détoxifier le corps et affiner la silhouette.

ENVELOPPEMENT DE BOUES MARINES ⌚ 20 min 76 €
Application de boues marines chaudes sur le dos et les articulations pour libérer les tensions musculaires et pour un effet antalgique.

ENVELOPPEMENT HYDRATANT MIEL ET KARITÉ ⌚ 20 min 76 €
Enveloppement de douceur et de bien-être pour hydrater la peau grâce au miel et au karité.

**ENVELOPPEMENT THERMOSPA
REMINÉRALISANT AUX ALGUES LAMINAIRES** ⌚ 20 min 91 €
Lit de flottaison alliant les effets d'un massage sensoriel pour la détente et d'un enveloppement aux algues laminaires pour faire le plein de minéraux et d'oligo-éléments.

ENVELOPPEMENT THERMOSPA DÉTOX AUX ALGUES FUCUS ⌚ 20 min 91 €
Lit de flottaison alliant les effets d'un massage sensoriel pour la détente et d'un enveloppement aux algues fucus pour purifier l'organisme.

ENVELOPPEMENT THERMOSPA HYDRATANT MIEL & KARITÉ ⌚ 20 min 91 €
Véritable moment de douceur et de bien-être. Cocon de flottaison alliant les effets d'un massage sensoriel et d'un enveloppement hydratant au miel et karité.





Les essentiels bien-être

PRESSOTHÉRAPIE AVEC GEL FRAÎCHEUR ⌚ 20 min

55 €

Bottes qui reprennent le principe du drainage lymphatique, alternant compression et décompression pour activer la circulation, affiner les jambes et favoriser l'élimination des toxines.

SAUNA JAPONAIS ⌚ 20 min

66 €

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

MASSAGE HYDRORELAX ÉVEIL DES SENS ⌚ 15 min

66 €

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

L'atelier collectif

3R - RESPIRE, RELÂCHE, RAYONNE ⌚ 50 min *Nouveauté*

40 €

Un moment suspendu, pensé pour apaiser le corps et éclairer l'esprit. Cet atelier réunit des techniques de respiration, d'automassage et de gymnastique faciale pour relâcher les tensions, raviver l'énergie intérieure et révéler un éclat naturel.

Un voyage tout en douceur où le souffle se pose, les traits se détendent et la fatigue se dissipe, laissant place à une sensation profonde d'harmonie et de lumière intérieure.

Les soins avec bébé

Soins destinés aux parents avec bébé de 3 à 9 mois maximum.

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

BAIN MICROBULLES ENTRE NOUS ⌚ 20 min

86 €

À la découverte de l'eau de mer et des bulles : pour bébé, sa maman et un accompagnant.

DÉCOUVERTE AQUATIQUE EN FAMILLE ⌚ 20 min

86 €

À la découverte de l'eau de mer dans notre bassin : pour bébé, sa maman et un accompagnant.

MASSAGE D'ÉVEIL SHANTALA ⌚ 35 min

96 €

Atelier pour découvrir et apprendre les techniques indiennes de massage de votre bébé. Formidable outil pour renforcer le lien avec votre bébé et aider à la relaxation. Le massage Shantala permet aussi de le stimuler notamment au niveau circulatoire, lymphatique, digestif, immunitaire, nerveux, hormonal, respiratoire...

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





Séances coachées

Activités terrestres

Prévoir une tenue confortable pour l'activité physique



ACTIVITÉS INDIVIDUELLES PERSONNALISÉES

BILAN DE CONDITION PHYSIQUE ⌚ 25 min

30 €

Entretien avec un de nos coachs sportifs pour définir vos besoins et réaliser votre programme d'entraînement.

SEANCE DE GYM PERSONNALISEE ⌚ 25 min - 50 min

40 € - 70 €

Réaliser une performance, renouer avec le sport, progresser. Attentif à vos besoins, le coach sportif personnalise la séance, selon votre rythme et votre niveau de forme.

INFRAROLL ⌚ 30 min

40 €

Rouleau chauffant anticellulite qui offre une séance de massage et de drainage optimisé sans effort.

ACTIVITÉS COLLECTIVES

ROUTINE MATINALE ⌚ 25 min

30 €

Réveillez votre corps et votre esprit en douceur par un enchaînement d'exercices, d'une intensité légère à modérée, adaptés aux efforts matinaux.



CUISSES-ABDOS-FESSIERS ⌚ 25 min 30 €
Exercices de renforcement des abdos, des cuisses et des fessiers.

VOYAGE SONORE ⌚ 40 min 35 €
Le voyage sonore est une relaxation profonde avec des bols tibétains et d'autres instruments de musique.

MARCHE IODÉE DOUCE ⌚ 50 min 40 €
Ce rythme de marche à allure douce (moins de 5 km/h) a pour objectif d'entretenir sa forme tout en profitant du bon air iodé.

MARCHE NORDIQUE ⌚ 50 min 40 €
La marche nordique, en petit groupe, animée par un coach sportif, permet de fortifier l'ensemble du squelette, des articulations et des muscles.

STRETCHING RELAX ⌚ 50 min 40 €
Cette forme de stretching utilise des techniques d'étirements musculaires douces pour évacuer le stress accumulé au quotidien.



Profitez d'une séance de yoga traditionnel ou d'un voyage sonore, face à la mer, avec notre maître yogi Arpit Mittal, puis détendez-vous à la piscine d'eau de mer chauffée ou au hammam.
Arpit est professeur de yoga, naturopathe et praticien en ayurvéda, la médecine traditionnelle indienne.

YOGA ⌚ 50 min 40 €
Pratique d'un ensemble de postures et d'exercices de respiration qui vise à apporter un bien-être physique et mental. Les séances de yoga se passent en petit groupe pour adapter le cours en fonction de vos besoins.

Activités en bassin d'eau de mer

AUTOMASSAGE MARIN ⌚ 20 min

45 €

Activité en petit groupe, dans un bassin d'eau de mer chauffée, m'automasser face un jet, guidé par un professionnel.

PARCOURS MARIN ⌚ 20 min

45 €

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

PARCOURS MARIN COACHÉ INDIVIDUEL ⌚ 20 min

60 €

Coaching privatif dans le bassin sensoriel pour un programme personnalisé.

AUTOMASSAGE MARIN COACHÉ INDIVIDUEL ⌚ 20 min

60 €

Automassage personnalisé animé par un coach.

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





Activités en piscine

Quel que soit le niveau, le coach adapte les exercices aux besoins pour une expérience de sport plaisir (activité en petit groupe, en bassin d'eau de mer).

Adapté
à tout
niveau

AQUADOUCE ⌚ 30 min

30 €

Mobilisez votre corps en douceur sur une série d'exercices guidés par le maître-nageur au rythme de la musique.

AQUAGYM ⌚ 30 min

30 €

Activité cardio-vasculaire et renforcement musculaire modéré dans l'eau.

AQUABIKE ⌚ 30 min

30 €

Debout sur les pédales, assis sur la selle ou collé au guidon, pédalez en musique en suivant les exercices proposés par le maître-nageur. Bonne ambiance garantie !

COURS INDIVIDUEL DE NATATION ⌚ 25 min

30 €

Apprenez à nager, ou vous perfectionner grâce aux conseils de nos maîtres-nageurs.

(Pour les adultes et les enfants à partir de 6 ans)

Si le nombre de participants n'est pas suffisant, la direction se réserve le droit d'annuler le cours collectif.

Les soins du visage



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

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

SOIN FONDAMENTAL THALGO ⌚ 50 min

139 €

Suite à un diagnostic de peau, notre expert vous prodigue le soin qui vous correspond le mieux :



SOIN HYDRA-FORTIFIANT : Bain d'hydratation riche en actifs marins reminéralisant.

SOIN RELIPIDANT COLD CREAM MARINE : La pause confort des peaux sèches.

SOIN PURIFIANT PURETE MARINE : Dites stop aux brillances ! La peau est purifiée et instantanément plus nette.

THALGO MEN - FORCE OCEAN ⌚ 50 min

139 €

Soin sur mesure au masculin, enrichi en extrait d'algue bleue Vitale® pour fortifier la peau.

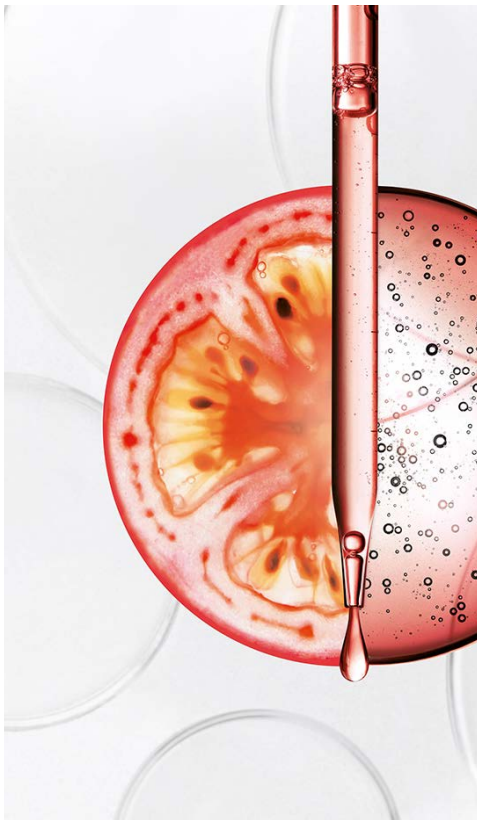
SOIN COMBLEUR HYALU-PROCOLLAGENE ⌚ 50 min

150 €

Soin ride à ride associant acides hyaluroniques et pro-collagène marin au roller booster. Le visage paraît plus jeune comme repulpé et les rides même installées semblent lissées.

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





ELLA BACHÉ

PARIS . 1936

Marque Française créée par madame Ella Baché en 1936 .

ELLA BACHÉ (1900-1999), pionnière de la dermo-esthétique, a créé des formules avant-gardistes, inspirées de la dermatologie pure, à partir d'ingrédients naturels. Aujourd'hui, notre Maison Dermo-Esthétique poursuit cette démarche scientifique en proposant une méthode professionnelle personnalisée. Chaque formule intègre des principes actifs cosméceutiques naturels, maximisant l'efficacité des produits, tout en respectant l'innocuité de la peau.

360° REGARD – Visage défatigué ⌚ 50 min *Nouveauté* 150 €

Inspiré des techniques dermo-esthétiques de cryothérapie et associé à un modelage liftant, lissant et défatiguant, ce soin agit à tout âge, sur les problématiques du contour de l'œil.

SENSIBEAUTICS – Peaux sensibles et anti-rougeurs ⌚ 50 min 150 €

Soin cocon lacté aux probiotiques multi apaisant. Il resurface le grain de peau en douceur et renforce les défenses naturelles des peaux sensibles et réactives. Idéal pour les peaux sujettes aux rougeurs, aux flushs, fragilisées par le stress et les chocs thermiques.

TOMATE GLOW – Eclat-lissage ⌚ 20 min - 80 min 85 € - 180 €

Soin signature Ella Baché enrichi en AHA associant des techniques dermo-esthétique inspirées du méso-peeling, à un appareil micro-vibrant qui optimise l'assimilation des soins par la peau pour une transformation visible dès la première séance.

MORPHOSTRUCTURE – Lift-contours ⌚ 80 min 180 €

Véritable séance de lifting manuel permettant de redessiner l'ovale du visage et de recréer ses volumes, ce soin se compose d'un triple modelage, manuel et accessoirisé, inspiré du Kobido.

SKINISSIME – Anti-âge global ⌚ 80 min 180 €

Soin jeunesse d'exception, Skinissime resurface le grain de peau et offre un triple modelage anti-âge manuel et accessoirisé pour diminuer les marques de l'âge, donner de l'éclat, uniformiser le teint et estomper les rides du visage, cou et décolleté.



SKINTEX®DIAG

DÉCOUVREZ VOTRE PEAU
DE L'INTÉRIEUR



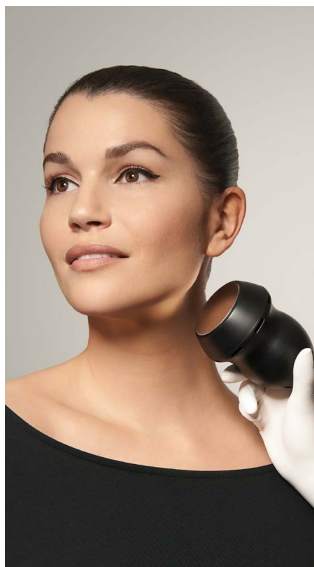
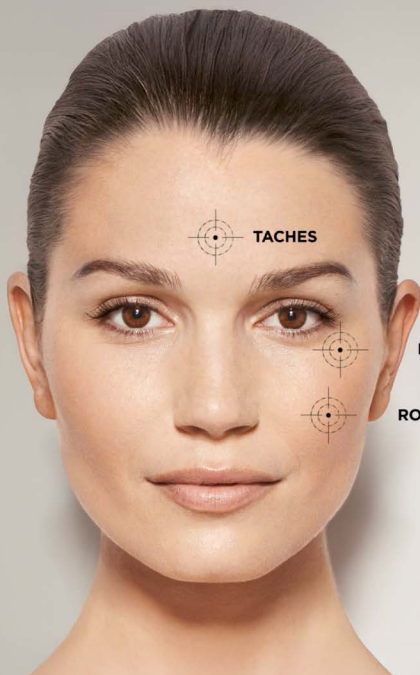
TACHES



RIDES



ROUGEURS



L'expertise haute technologie

SKINTEX DIAG ELLA BACHÉ – Quand l'invisible devient visible ⌚ 25 min 30 €
Afin d'identifier précisément les problématiques de peau et d'apporter une réponse ciblée personnalisée, cet appareil combine de façon exclusive 22 analyses permettant de détecter des irrégularités inesthétiques visibles et à venir non visibles à l'oeil nu.

SKINTEXLAB ELLA BACHÉ

Inspirés des techniques dermo-esthétiques de pointe, nos soins combinent technologies & produits concentrés pour des résultats visibles dès le 1^{er} soin. Le protocole de soin 100% équipé permet de traiter de façon ciblée et durable dans le temps toutes les problématiques dans le plus grand respect de votre peau.



SKINTEXLAB SENSIBEAUTICS – Anti-rougeurs ⌚ 50 min 165 €
Soin haute performance instrumental qui combine 5 actions associées à des produits riches en probiotiques pour apaiser la peau et lui permettre de retrouver un seuil de tolérance optimal.

SKINTEXLAB TOMATE GLOW – Eclat-lissage ⌚ 80 min 195 €
Soin haute performance instrumental qui combine 6 actions associées à des produits micro-peeling intégrant des AHA pour rénover visiblement la qualité de peau.

SKINTEXLAB MORPHOSTRUCTURE – Lift-contours ⌚ 80 min 195 €
Soin haute performance instrumental qui combine 6 actions associées à des produits riches en Biopeptides de Cranberry pour un double action lift-densité : Remise en tension & Redensifiant volumes.

SKINTEXLAB SKINISSIME – Anti-âge global ⌚ 80 min 195 €
Soin haute performance instrumental qui combine 7 actions associées à des produits riches en Acide Maslinique d'Olive pour un effet anti-âge global.

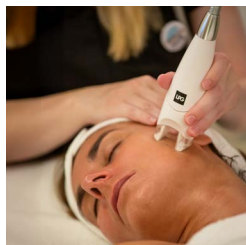


LE CUBE O2+ L'OXYGÈNE AU SERVICE DE LA BEAUTÉ

Les bienfaits de la force de l'oxygène et l'Oxy Needling, pour une véritable renaissance rapide et naturelle des cellules. Les méthodes et protocoles de soins, que propose le cube O2 +, assurent des prestations esthétiques haut de gamme et un subtil équilibre entre efficacité, sécurité et douceur.

OXY SIGNATURE ⌚ 50 min 170 €
Les bienfaits de la force de l'oxygène et de l'Oxy Needling, pour une véritable régénération tissulaire du visage.

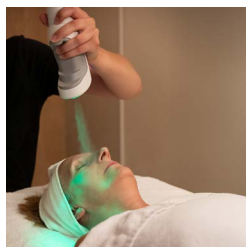
OXY NEEDLING ⌚ 80 min 230 €
Soin complet stimulateur de production de collagène et d'élastine.



LA TECHNOLOGIE LPG®

Une beauté qui nous ressemble, naturelle, saine et durable. Une stratégie intelligente sans risque, sans effet secondaire, dans un combat conçu pour ralentir les effets inesthétiques du temps qui passe.

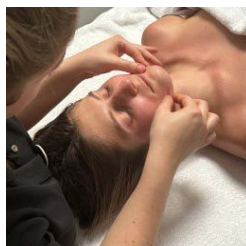
RITUEL VISAGE CELLU M6 ⌚ 50 min 135 €
Soin visage allié à la technologie brevetée LPG pour stimuler et redessiner mon visage.



CRYOSKIN

Cryoskin booste la production de collagène grâce à une brumisation d'azote sur le visage, cou ou décolleté.

SOIN VISAGE CRYOSKIN ⌚ 20 min 75 €
Ressentir les bienfaits d'un nuage de froid intense, lisser une zone précise de mon visage et repulper ma peau suivi d'une hydratation.



LE KOBIDO ⌚ 50 min 160 €

Véritable lifting manuel, inspiré de la tradition japonaise, cette technique anti-âge, agit en profondeur sur l'ensemble du visage et du cou. Lisse les rides, tonifie le visage et apporte un bon coup d'éclat.

Soin contre indiqué sur les peaux sensibles, acnéiques ou avec des rougeurs persistantes, avec la prise d'anticoagulant et avec une barbe de plus de 2 jours.

Les soins du corps

Les gommages

Quel que soit votre choix, il laisse la peau douce comme de la soie.

GOMMAGE AU LOOFAH SOUS PLUIE MARINE ⌚ 20 min

75 €

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

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

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

GOMMAGE MARIN THALGO ⌚ 20 min

75 €

Gommage corps associant extrait d'Algues Micro-Eclatées, billes de cellulose et fibre de bambou pour exfolier et lisser la peau tout en lui apportant les minéraux et les oligo-éléments indispensables à sa vitalité.

GOMMAGE DOUCEUR SUCRÉE Green SPA ⌚ 20 min

75 €

Gommage corps au sucre roux et huile d'amande douce.

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





Les soins détente

BIEN-ÊTRE DU DOS THALASSA ⌚ 50 min

125 €

Gommage, modelage et masque chaud : le bonheur des dos sous tensions.

RITUEL SOUS PLUIE MARINE ⌚ 40 min

145 €

Gommage au Loofah suivi d'un modelage sous une pluie marine apaisante.

ROSES' YOUR DAY ELLA BACHE ⌚ 110 min

219 €

Soin d'exception, alliant un gommage, un modelage et une hydratation visage et corps, aux textures douces, fondantes et enveloppantes, aux notes de roses précieuses subtilement poudrées, délicates, réconfortantes. Le stress évacué laisse place à une douce sensation de bien-être et de sérénité. La peau est sublimée.

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



Les soins minceur

INFRAROLL ⌚ 30 min	40 €
Rouleau chauffant anticellulite qui offre une séance de massage et de drainage optimisé sans effort.	
LIPOMODELAGE CELLU M6 ⌚ 35 min	90 €
Soin minceur pour redessiner mon corps à l'aide de la technologie brevetée LPG.	
DRAINAGE JAMBES LPG ⌚ 35 min	90 €
Soin drainant pour les jambes à l'aide de la technologie brevetée LPG.	
SEANCE JEUNE MAMAN LPG ⌚ 35 min	90 €
Soin raffermissant de la zone ventre/jambes grâce à la technologie brevetée LPG.	
Soin pouvant être réalisé après le retour de couche + 2 cycles.	
IDÉAL SILHOUETTE ⌚ 50 min	120 €
La clé d'une silhouette aux contours redessinés. Gommage, modelage manuel et enveloppement de la zone bermuda.	



Les soins polaires

CRYOTHÉRAPIE CORPS ENTIER ⌚ 3 min

60 €

3 min pour apaiser mes douleurs, mieux récupérer et agir sur la qualité de mon sommeil lors d'une exposition à un froid sec entre -120 et -150°C
Soin soumis à contre-indications médicales*.

SOIN CORPS CIBLÉ PAR CRYOSKIN ⌚ 20 min

75 €

Soin localisé pour soulager mes douleurs par le froid.

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

* Ce soin est susceptible d'être modifié en fonction de votre état de santé (voir détail page 42).



Les modelages

MODELAGE CALIFORNIEN ⌚ 50 min

145 €

Un ballet de gestes doux et enveloppants qui procurent un sentiment de plénitude.

MODELAGE LOMI-LOMI À LA FLEUR DE TIARÉ ⌚ 50 min

145 €

Le lomi-lomi issu des traditions shamaniques polynésiennes est considéré comme le toucher de l'amour. C'est un ballet enveloppant, fluide, parfaitement synchronisé de gestes pratiqués avec les avant-bras, les coudes, les pouces, représentant le mouvement des vagues sur la mer.

MODELAGE BALINAIS ⌚ 50 min

145 €

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

MODELAGE AUX PIERRES CHAUDES ⌚ 50 min

145 €

Modelage amérindien aux pierres de basaltes chaudes qui apaise et harmonise le corps et l'esprit.



Modelages ayurvédiques

Issus de la médecine traditionnelle indienne, les modelages ayurvédiques permettent de conserver un équilibre et une santé optimale en harmonie avec notre environnement.

MODELAGE ABHYANGA À L'HUILE DE SÉSAME BIO ⌚ 50 min 145 €

Modelage aux huiles chaudes énergétique, enveloppant et rythmé : un voyage au cœur du Cachemire, dans la plus pure tradition indienne.

MODELAGE CRANIEN SHIROTCHAMPI ⌚ 50 min 145 €

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

MODELAGE SHIRODHARA ⌚ 75 min 185 €

Modelage crânien shirootchampi suivi d'un balayage d'huile chaude sur le front et les cheveux pour apaiser le corps et l'esprit.

Modelages Signature

MODELAGE SIGNATURE FRENCH RIVIERA THALGO ⌚ 50 min *Nouveauté* 145 €

Modelage avec un galet chauffant qui s'inspire de l'art de vivre méditerranéen. Les manœuvres fluides et délassantes procurent une relaxation immédiate.

MODELAGE SIGNATURE CÔTE D'OPALE ⌚ 75 min 185 €

Créé par les équipes de la thalasso du Touquet, ce modelage vous fera voyager en Côte d'Opale.

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

Les modelages 20 minutes

MODELAGE ZEN ⌚ 20 min

75 €

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

MODELAGE KANSU ⌚ 20 min

75 €

Modelage de la plante des pieds, à l'aide d'un bol traditionnel indien, harmonisant le corps et l'esprit et améliorant la qualité du sommeil.

MODELAGE SOUS PLUIE MARINE ⌚ 20 min *le Coup de ♥*

75 €

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





Les soins en duo

Un espace privatisé pour vous détendre face à la mer.

VOYAGE À DEUX AUTOUR DES MERS ⌚ 110 min ● 280 € /pers – ● 330 € /pers

Profitez d'un espace privatisé face à la mer, pour un moment de relaxation rien qu'à deux.

Au programme :

- Hammam privatif pour une détente profonde en duo
- Bar à gommage pour préparer la peau aux soins
- Bain de mer en duo (20 min) pour une immersion reminéralisante
- Modelage du monde (50 min) au choix, pour un voyage des sens partagé :

Modelage californien – Détente made in USA

Modelage balinais – Harmonie venue de Bali

Modelage Lomi Lomi – Évasion polynésienne

Modelage French Riviera THALGO – Dépaysement sur la Côte d'Azur

Modelage ayurvédique – Escapade au Cachemire

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

BAIN DE MER EN DUO ⌚ 20 min 89 € pour 2 personnes

Soin en duo dans une cabine privative : bain d'eau de mer chaude et jets massants pour décontracter le corps des pieds à la tête.

RITUEL EN DUO ⌚ 40 min 120 € pour 2 personnes

Hammam suivi d'un bain de mer en duo, dans une cabine privative.

MODELAGE EN DUO ⌚ 50 min 180 € /pers

Profitez d'un moment de détente à deux avec un de nos modelages dans une cabine privative (valable uniquement pour les modelages de 50 min sauf le modelage aux pierres chaudes).

● Du lundi au vendredi ● Weekends, jours fériés et ponts

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

L'abus d'alcool est dangereux pour la santé. A consommer avec modération.

Les abonnements

ABONNEMENT ACCÈS PISCINE à partir de 3 mois à partir de 620 €
Accès à notre piscine d'eau de mer chauffée, au hammam et à la salle de fitness.

AQUATRaining 10 séances ⌚ 30 min 270 €

Abonnement valable 6 mois pour les activités aquatiques suivantes :

- Aquadouce : Gymnastique douce dans l'eau, animé par notre maître-nageur.
- Aquagym : Renforcement musculaire modéré dans l'eau.
- Aquabike : Cours de vélo immergé dans la piscine d'eau de mer chauffée pour muscler efficacement les fessiers, les cuisses et les mollets, tout en exerçant un drainage efficace.

INFRAROLL 3 séances ⌚ 30 min 100 €

Rouleau chauffant anticellulite qui offre une séance de massage et de drainage optimisé sans effort.

Forfait 3 séances sur une semaine

CRYOTHÉRAPIE corps entier ⌚ 3 min

Abonnement valable 6 mois pour les séances de cryothérapie corps entier.

Soin soumis à contre-indications médicales (voir détail page 42)..

3 séances : 160 €

6 séances : 300 €

12 séances : 550 €

LIPOMODELAGE CELLU M6 5 Séances ⌚ 35 min 350 €

Abonnement valable 6 mois pour les séances LPG suivantes :

- Lipomodelage Cellu M6 : Soin minceur pour redessiner mon corps.
- Drainage jambes LPG : Soin drainant pour les jambes.
- Séance jeune maman LPG : Soin raffermissant de la zone ventre/jambes.

OXY SIGNATURE 7 séances ⌚ 50 min 1200 €

Abonnement valable 1 an.

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

Pour les abonnements, aucun report, prolongation ou remboursement ne pourra être demandé. Les durées indiquées sont les durées effectives des soins, auxquelles il faut ajouter votre temps d'accueil et d'installation.



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

RITUEL VITALITÉ

170 €

- 3 soins individuels de thalasso parmi : bain de mer, drainage marin, massage hydorelax éveil des sens, douche à jet, pluie marine apaisante, bain de mer jambes légères, bain de mer jambes toniques.
- 1 activité en bassin parmi : automassage marin, parcours marin, aquadouce, aquagym, aquabike.

RITUEL DÉTENTE EXPRESS *Nouveauté*

180 €

- 1 pluie marine apaisante
- 1 modelage californien (50 min)

RITUEL IODÉ

190 €

- 4 soins individuels de thalasso parmi : bain de mer, drainage marin, massage hydorelax éveil des sens, douche à jet, pluie marine apaisante, bain de mer jambes légères, bain de mer jambes toniques.

RITUEL ZEN

210 €

- 3 soins individuels de thalasso parmi : bain de mer, drainage marin, massage hydorelax éveil des sens, douche à jet, pluie marine apaisante, bain de mer jambes légères, bain de mer jambes toniques.
- 1 modelage zen ou enveloppement reminéralisant aux algues laminaires (20 min).

RITUEL PARENTS - BEBE

160 €

- 2 soins en toute complicité avec bébé (programme destiné au bébé de 3 à 9 mois maximum) parmi : bain microbulles entre nous, massage d'éveil Shantala ou séance découverte aquatique en famille

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

THALASSA SEA & LUNCH

99 €

- 1 bain de mer
- 1 parcours marin
- 1 déjeuner (menu du jour : entrée/plat ou plat/dessert) au Potj' ou Maison Mer

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

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

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



Les forfaits

À partir de 4 jours

PLEIN DE VITAMINES

Evasion marine pour booster son immunité.

140 €/jour

REGAIN D'ÉNERGIE

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

205 €/jour

ZEN ATTITUDE

La recette du bonheur = ne penser qu'à soi.

220 €/jour

MA PAUSE D-STRESS

Prenez du repos et dénouez les tensions afin de retrouver votre mieux-être.

220 €/jour

MA PAUSE OLIGO-ÉLÉMENTS

Offrez-vous un moment iodé pour régénérer votre corps et votre esprit.

230 €/jour

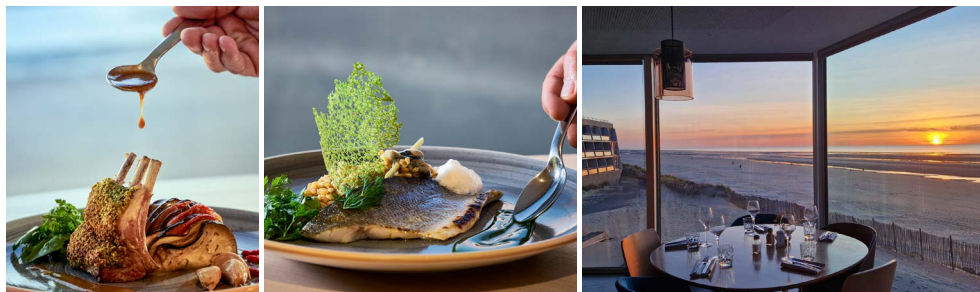
Le + Accès à la piscine, hammam et sauna sur la demi-journée de soin

Retrouvez le détail des programmes sur spa.accor.com

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

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

La cuisine a de l'esprit



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

Prenez une pause face à la mer

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

LE
DECK
Brut de mer



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



Comptoir Terre & Mer



Au restaurant Le Potj', la cuisine est ancrée dans le Terroir de la région Haut de France. Entre espace intérieur et extérieur avec sa terrasse vue mer, vous dégusterez des plats typiques comme le potjevleesch, le welsh, la carbonnade flammande, et les moules marinière... Fort de ses racines, le Potj' vous fera découvrir une restauration faite maison qui ravira vos papilles.

Posez vous face aux vagues

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



Les Pieds dans l'O

LE TOUQUET-PARIS-PLAGE



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

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

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



Votre bon
Cad'Eau

OFFREZ A VOS PROCHES UNE EXPÉRIENCE
DE BIEN-ÊTRE INOUBLIABLE

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

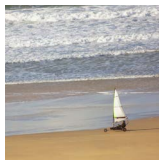


Le bien-être n'a jamais été aussi simple à offrir

En complément de votre séjour...

Découvrir Le Touquet et ses alentours

Entre mer, dunes et pinède, Le Touquet cultive un art de vivre chic et naturel. Une parenthèse bien-être idéale pour explorer la station, puis les trésors de la Côte d'Opale.



Balades & nature

- **LA PLAGE INFINIE DU TOUQUET**

12 km de sable blond pour marcher au rythme des marées, respirer l'air iodé et admirer les couchers de soleil.

- **LA BAIE DE CANCHE**

Un espace préservé où se mêlent dunes, oiseaux migrateurs et lumière changeante – à découvrir à pied ou à vélo.

- **LA FORÊT DU TOUQUET**

Plus de 800 hectares de pins maritimes et de sentiers pour une promenade ressourçante.



Culture & patrimoine

- **LE PHARE DE LA CANCHE**

Emblème du paysage touquettois, il veille sur l'estuaire et les dunes environnantes.

- **LE MUSÉE DU TOUQUET-PARIS-PLAGE**

Un havre d'art et d'histoire locale, où se côtoient peintres de la Côte d'Opale et grands noms du XXe siècle.

- **LE MARCHÉ COUVERT**

Un lieu authentique pour flâner parmi les produits régionaux et l'artisanat local.



Sport & plein air

- **GOLF DU TOUQUET**

3 parcours entre dunes et forêt, parmi les plus réputés d'Europe.

- **ÉQUITATION SUR LA PLAGE**

Vivez un moment unique au lever ou au coucher du soleil.

- **SPORTS NAUTIQUES**

Char à voile, paddle ou longe-côte – pour une dose d'énergie au grand air.



Escapades alentours

- **ÉTAPLES-SUR-MER**

Ville au caractère authentique, marquée par son passé de port de pêche et par la lumière de la Canche qui séduisit de nombreux peintres.

- **MONTREUIL-SUR-MER**

Cité fortifiée pleine de charme, à 15 minutes seulement, avec ses ruelles pavées et ses bonnes tables. Ville chère à Victor Hugo qui s'en inspira pour « Les Misérables ».

- **LA BAIE D'AUTHIE**

À la rencontre des phoques, entre Berck et Fort-Mahon.

Notre coup de cœur ♥

- **NAUSICAÀ À BOULOGNE-SUR-MER**

le plus grand aquarium d'Europe, une immersion fascinante dans le monde marin.



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

Informations pratiques

Dans mon sac

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

1 ou 2 maillots de bain (les bermudas ne sont pas autorisés)

1 paire de sandales de piscine (offerte pour tout séjour à partir de 4 jours)

1 tenue de sport et des baskets

Les peignoirs et les serviettes sont mis à votre disposition.

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

Mode d'emploi de la thalasso

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

Avis médical

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

En cas d'autonomie partielle, un accompagnement est demandé lors des soins.

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

Cryothérapie :

Contre-indications : problèmes cardiaques, insuffisance respiratoire et circulatoire, épilepsie, coups de soleil, femmes enceintes.

Un questionnaire de non contre-indication et une décharge seront à compléter avant la séance de cryothérapie. En cabine, le praticien prendra votre tension avant toute séance. Si la séance ne peut être réalisée, elle sera remplacée par un massage hydrorelax éveil des sens.

Accès aux installations

L'accès aux installations (piscine d'eau de mer chauffée, sauna, hammam et salle de fitness) est inclus dans votre forfait, et pour toute réservation de minimum 100€ par personne.

La piscine est accessible tous les jours de 9h à 18h (la piscine sera fermée du 14 au 19 juin 2026 pour entretien).

L'institut de Thalasso est ouvert de 9h à 13h et de 14h à 18h.

La direction se réserve le droit de modifier les horaires et de limiter l'accès au bassin sans préavis.

Réservation et planning de soins

Nos hôtesse de accueil restent à votre disposition pour tout renseignement sur le déroulement de votre programme de thalasso et/ou pour compléter celui-ci par des soins supplémentaires.

Les plannings de soins sont prédéfinis à l'avance par l'institut et sont non modifiables. Les soins de votre séjour sont généralement répartis sur des demi-journées alternées, mais peuvent être planifiés sur la journée complète.
En cas de problème technique ou sanitaire, l'institut se réserve le droit de modifier les prestations.

Le règlement de la totalité des soins est requis à la réservation. En cas de non-présentation, de retard ou d'annulation durant le séjour, ce montant ne pourra faire l'objet d'aucun remboursement.

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

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



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



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



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



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



Parking extérieur privé payant.



Bornes électriques extérieures payantes.



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

Nous informons notre aimable clientèle que notre établissement n'accepte pas les règlements par chèque bancaire.

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

Document non contractuel. Pour plus de précisions, reportez-vous aux conditions générales de services spécifiques aux établissements sous enseigne Thalassa Sea & Spa, sur spa.accor.com.

S.A.S. Thalamer au capital de 5 153 640 euros – N° TVA FR 52 303 890 602 RCS Evry 303 890 602 – Siret 303 890 602 00020 – Code NAF 9604Z.

Crédits photos : Photothèque Accor-DR, © Maison Kalos, © Tina Terras & Michael Walter, PeopleImages/Gettyimages, Daniel Ingold/Gettyimages, Abacopress/Jacques-Yves Guicia, ABACopress/LAURENT MAYEUX, Artur Debat, Yuri Arcurs/PeopleImages/Gettyimages, Imgorhand/Gettyimages, Andres/Gettyimages, NKS_Imagery, Jean-Charles GIGONNET & William KERGONNEC, Julian Winslow/fStop/Offset.com, Jasmina007/Gettyimages, Mourad-Saadi/Unsplash, © Opale Drone, © Sylvie Curty, © Olivier Caenen – Informations sujettes à modifications sans préavis – Imprimerie VAG  IMPRIM'VERT®.

Thalassa

SEA & SPA

THALASSA SEA & SPA LE TOUQUET NOVOTEL & IBIS

Avenue Louison Bobet
62520 Le Touquet Paris-Plage

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

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



@thalassaletouquet

